

南拳入門





民國十五年四月出版

南拳入門全一冊

定價銀四角

外埠酌加運費滙費

創編者

江陰

許

太和

校訂者

北京

許

寵厚

發行者

蘇州第一師範

附屬小學校

印刷者

蘇州文新印刷公司

東中市廿二號

電話八九一號



江陰許太和先生十五小影

王瑩若題

太 和 先 生 與 達 才 君 的 父 子 對 拳  
王 瑩 若 題



癸亥春第一次全國武術大會，開於滬上。余應馬君子貞之召，攜體育研究社同人赴滬參加斯會，志在觀光南省拳術，以擴眼界。詎開會時，運動者類多北方拳術，頗以爲緣慳。嗣於該會招待所內，遇許君太和，年近五十，貌恂恂有儒者風，詢知精於「少林拳術」之「仁和派」，及二日開會，見其運動矯健，精神活潑，而態度雍容，不失常態。與糾糾之輩，不可同日而語。余今得見許君，誠不虛此赴滬一行也。近許君擬以平日研究所得，筆之於書，公諸同好，問敍於余，余知其書出版後，當爲社會造福不淺，而武術界亦從此放一光明矣。余謹拭目待之，是爲序。時爲

中華民國十二年秋右燕禹生許寵厚序於北京體育研究社中

# 序

予之識許君太和也，在民六之秋。時予方執教於案門經正學校，與君爲同事。君江陰北潯人，北潯夙以國技著。君之長於國技，殆所謂人傑地靈歟。君尤富有責任心，道德亦高。時兼任文林二校長，涇一校職務，往返奔走，不辭勞瘁。歷一年如一日。予嘗觀其教授生徒，對於矯正姿勢，說明用功，不厭周詳。知其以引起興味爲原則也。拳術本無口令，君編爲體操口號，有條不紊。知其能注意於團體的規律動作也。且教程既畢，復指導種種化法，與北拳一一比較，知其能聯絡教材也。因謂同人曰：不圖於拳術家中有深明教育原理，熟諳教授方法如許君其人。也。君歷任常熟三高、吳江中學國技教席，所至蜚聲卓著。嘗本其平日經驗，著述一書，以餉學子。顏曰南拳入門。計屬稿之日，迄今行將十稔，常欽然不自足，屢加修正。日前來書，謂出版有日，屬予一言。予爲鼓吹此事之一份子，因述嚮所欽慕者，與是書之緣起以貽之，並以質之世之知許君者。

十五年五月一日李肖白識於滬上

余于拳術門外漢也。今夏歸里，季父太和先生以所著南拳入門稿見示，繪圖立說，頗極詳明。並語余云：拳術本止一派，無所謂南北。特以南人軀幹較小，而手足靈敏，故長于趨避拒守之術，而拳法亦因之稍變。與北人拳法之專當攻勢者不同。又云：是冊所述乃南拳基礎工夫，猶學書者之閒架結構，無論學何書體，均當奉爲圭臬。至于各路拳法如何，各種兵器用法又如何，則如學書者之有蘇黃米蔡，其宗雖一而各家又不同，當另爲一編詳述之。故名是書曰南拳入門。予即書其語弁諸簡端。

十四年秋七月許枏識棟材



序

拳術之源，由來已久。漢書齊慙以技擊強，荀子齊人隆技擊，是則研究技擊之術者，於春秋戰國之季，已大有人在。南北朝時，達摩大師自天竺浮海至中國，應梁武帝之召，赴金陵談講佛理，以不契於武帝，乃渡江往魏，止嵩山少林寺，立見性強身之說。意者佛家尙虛無寂滅，一切皆空，故皈依者投心覺海，東意玄門，大都志靡神昏，而達摩見性強身之說，其義蓋以軀殼強而靈魂易悟，矯正皈依者志靡神昏之習。歟。前後左右，凡十八法，少林開宗，卽始於此。其徒覺遠上人，闡悟其義，益以技擊劍術諸學，化爲七十二法。白李二氏復融合舊宗，廣爲百七十餘法。嗣後代有傳人，宋時有張三丰者，別立門戶，法主禦敵，非遇困厄則不發，發則所當必靡，以靜致動，後人宗之，謂之內家。而以少林派之事，以搏人爲主者，謂之外家。由是拳術有內外家之分。卽今之所謂南派北派者，

是也。三丰之後，有關中人王宗，宗傳溫州陳州同州同明嘉靖間人，故兩家之傳盛於浙東。而吾邑亦素以拳勇稱。有明末葉清兵南下，所過州縣，望風降服，鋒刃所及，勢如破竹。獨吾邑以彈丸小地，揭竿與抗，至死不屈。清兵之死傷者，以數萬計。此固爲忠義之氣憤發所致，然非拳勇習之有素，不爲功。北溷一市集也，僻處邑之東南隅，東鄰琴川，南毗梁溪，四周環水，田野肥沃，民風樸素，農商之暇，其醉心於拳勇者，尤衆。太平軍起，江南半壁蹂躪殆遍，所至鄉市，殘殺慘酷。溷邑居民，乃募集壯丁，頭纏白布，以示區別。時人謂之白頭公。推智勇兼全者爲首領，點兵發將，儼如軍營。迨龍橋之役，中敵奸計，拳勇之士死亡幾盡。事定，集骨合葬橋畔。至今志士仁人之過其墓者，莫不唏噓長嘆，涕泗隨之。而其子孫尤爲之疾首痛心，哀悼不自己云。溷邑拳勇之專盛如此。太和先生溷邑拳勇家中之翹楚也。法宗南拳之仁和派，天性英邁，身軀矯健，有清之末，國



1. The first part of the paper is devoted to a review of the literature on the topic. It starts with a general introduction to the topic, followed by a discussion of the various methods used in the literature to study the topic. The second part of the paper is devoted to a discussion of the results of the study. It starts with a general introduction to the results, followed by a discussion of the various methods used in the study to study the topic. The third part of the paper is devoted to a discussion of the conclusions of the study. It starts with a general introduction to the conclusions, followed by a discussion of the various methods used in the study to study the topic.

2. The second part of the paper is devoted to a discussion of the results of the study. It starts with a general introduction to the results, followed by a discussion of the various methods used in the study to study the topic.



## 2014年12月

2014年12月1日(星期三) 晴  
2014年12月2日(星期四) 晴  
2014年12月3日(星期五) 晴  
2014年12月4日(星期六) 晴  
2014年12月5日(星期日) 晴  
2014年12月6日(星期一) 晴  
2014年12月7日(星期二) 晴  
2014年12月8日(星期三) 晴  
2014年12月9日(星期四) 晴  
2014年12月10日(星期五) 晴  
2014年12月11日(星期六) 晴  
2014年12月12日(星期日) 晴  
2014年12月13日(星期一) 晴  
2014年12月14日(星期二) 晴  
2014年12月15日(星期三) 晴  
2014年12月16日(星期四) 晴  
2014年12月17日(星期五) 晴  
2014年12月18日(星期六) 晴  
2014年12月19日(星期日) 晴  
2014年12月20日(星期一) 晴  
2014年12月21日(星期二) 晴  
2014年12月22日(星期三) 晴  
2014年12月23日(星期四) 晴  
2014年12月24日(星期五) 晴  
2014年12月25日(星期六) 晴  
2014年12月26日(星期日) 晴  
2014年12月27日(星期一) 晴  
2014年12月28日(星期二) 晴  
2014年12月29日(星期三) 晴  
2014年12月30日(星期四) 晴  
2014年12月31日(星期五) 晴

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

南 嶺 入 門

1000

1000

1000

1000

1000

1000

1000

1000

1000

1000

1000

1000



丁肘 下冲肘 剋肘 折拳肘 雙肘 雙豎肘

東華大學圖書館

圖書分類法

第五版

編者

劉國定

卷之四

竹 石 記

一

竹 石 記

二

竹 石 記

三

竹 石 記

四

竹 石 記

五

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

竹 石 記

# 南拳入門目錄

|         |       |
|---------|-------|
| 序       | 一至六   |
| 自序      | 七     |
| 練習拳術的祕訣 | 一     |
| 步法基本    | 二     |
| 基本徒手十三節 | 二     |
| 保守十二法   | 三     |
| 應用的拳法   | 三至六   |
| 基本步法    | 一至五   |
| 基本徒手十三節 | 六至十六  |
| 十二法的由來  | 十七至廿三 |

115000

115000

115000

115000

115000



一、人體的構造

人體的構造是由許多不同的部分組成的，這些部分又是由許多不同的細胞組成的。人體的構造是複雜的，但又是有序的。人體的構造是適應環境的，也是不斷變化的。

圖 1-1



二、人體的生理功能

人體的生理功能是指人體在生命活動中所表現出的各種功能。這些功能包括呼吸、消化、循環、排泄、生殖等。人體的生理功能是相互協調的，共同維持人體的正常生命活動。

人體的生理功能是由人體的各個器官和系統共同完成的。每個器官和系統都有其特定的功能，但又是相互依賴的。人體的生理功能是適應環境的，也是不斷變化的。



# Figure 1: A person performing a squat exercise.

(1) The person is in a standing position with feet shoulder-width apart.

(2) The person bends their knees and hips, lowering their body.

(3) The person's back is straight and parallel to the ground.

(4) The person's feet are flat on the ground.

(5) The person's arms are extended forward.

Figure 1



Figure 1

# Figure 2: A person performing a lunge exercise.

(1) The person is in a standing position with feet shoulder-width apart.

(2) The person steps forward with one leg.

(3) The person's back is straight and parallel to the ground.

(4) The person's feet are flat on the ground.

Figure 2



Figure 2



全身之動作

(一) 準備動作

身體直立，兩腳並立，兩手自然下垂，目視前方。



●

(二) 動作說明

身體直立，兩腳並立，兩手自然下垂，目視前方。下圖。

全身之動作







1. The first part of the text discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for a systematic approach to record-keeping, such as using a ledger or accounting software, to ensure that all financial data is properly documented and organized.

1. The first part of the text discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for a systematic approach to record-keeping, such as using a ledger or accounting software, to ensure that all financial data is properly documented and organized.

图 1-11

图 1-12

图 1-13

图 1-14

图 1-15

图 1-16

图 1-17

图 1-18



图 1-19

图 1-20

Figure 10-10

Figure 10-10

Figure 10-10

Figure 10-10

Figure 10-10



Figure 10-10

Figure 10-11

Figure 10-11

Figure 10-11

Figure 10-11



Figure 10-11

南術入門

第一回 南術の概略

第二回 南術の歴史

第三回 南術の流派

第四回 南術の技

(一) 南術の概略

(二) 南術の歴史



第五回 南術の流派

第六回 南術の技

第七回 南術の流派

第八回 南術の技

第九回 南術の流派

第十回 南術の技



第五節 體操

動作：(1) 半蹲 (2) 半蹲

(一) 半蹲 (2) 半蹲

(二) 半蹲 (3) 半蹲

(三) 半蹲 (4) 半蹲

(四) 半蹲 (5) 半蹲

(五) 半蹲 (6) 半蹲

(六) 半蹲



半蹲動作

第六節 體操

動作：(1) 半蹲 (2) 半蹲

(一) 半蹲 (2) 半蹲

(二) 半蹲 (3) 半蹲

(三) 半蹲 (4) 半蹲

(四) 半蹲 (5) 半蹲



半蹲動作



2



Figure 1

1. The first part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

2.

3. The second part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

4. The third part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

5. The fourth part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

6. The fifth part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

7. The sixth part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

8. The seventh part of the paper is devoted to a discussion of the general principles of the theory of the structure of the atom.

第二編 國語

第一節 國語之概略

(一) 足踏前前繞踢出

二三 國語之概略

二三 國語之概略

二三 國語之概略

二十三

二十三

十一



二十三

第 1 卷

第 1 期

第 1 卷 第 1 期

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷

第 1 卷



第 1 卷

通化：正 功 功 功

(一) 通化：正 功 功 功  
(二) 通化：正 功 功 功  
(三) 通化：正 功 功 功  
(四) 通化：正 功 功 功

通化：正 功 功 功

(十一節)

(十一節)



通 化 功

十四 功



通化：正 功 功 功

(十二節)

(一) 通化：正 功 功 功  
(二) 通化：正 功 功 功  
(三) 通化：正 功 功 功  
(四) 通化：正 功 功 功

# 南 嶺 入 門

第一節 體上動

一、體上動之入足動

二、足上動之入足動

三、足上動之入足動

四、足上動之入足動

五、足上動

六、足上動

七、足上動



七、足上動

八、足上動

九、足上動

(一) 上動之入足動

量吸

(二) 上動之入足動

呼

(三) 上動之入足動

(十四節)





# 图 1-1-1

(图 1)

自前及后方的重量训练

(图 2)

自前及后方的重量训练

图 1-1-1



图 1-1-1



图 1-1-2

图 1-1-1 自前及后方的重量训练

图 1-1-2 自前及后方的重量训练

第 一 節 呼吸器の構造と機能  
呼吸器の構造と機能

(100)



呼吸器

第 二 節 消化器の構造と機能  
消化器の構造と機能

(100)



消化器



# 图 1-1-1

图 1-1-1 展示了在平地上进行的一项运动。图中人物处于一种低姿态，双手撑地，双腿弯曲，身体前倾。这种姿势通常用于起跑或短跑中的加速阶段。图中人物穿着运动服，包括短袖上衣和短裤。背景为简单的地面和天空线条。



# 图 1-1-2

图 1-1-2 展示了在平地上进行的一项运动。图中人物处于一种低姿态，双手撑地，双腿弯曲，身体前倾。这种姿势通常用于起跑或短跑中的加速阶段。图中人物穿着运动服，包括短袖上衣和短裤。背景为简单的地面和天空线条。



Figure 1. A person in a crouched position, ready to start a movement.

Figure 1. A person in a crouched position, ready to start a movement.



Figure 2. A person in a crouched position, ready to start a movement.

Figure 2. A person in a crouched position, ready to start a movement.



Figure 2. A person in a crouched position, ready to start a movement.

Figure 2. A person in a crouched position, ready to start a movement.

Figure 11-11

Figure 11-11: A diagram showing a person in a crouched position, possibly performing a task or exercise. The person is facing right, with their head tilted back and arms extended forward. The legs are bent, and the feet are flat on the ground.

Figure 11-11



Figure 11-11

Figure 11-11: A diagram showing a person in a crouched position, possibly performing a task or exercise. The person is facing right, with their head tilted back and arms extended forward. The legs are bent, and the feet are flat on the ground.

Figure 11-11







Figure 1

The first part of the paper discusses the importance of the research and the objectives of the study. It also provides a brief overview of the methodology used in the study.

The second part of the paper discusses the results of the study and the conclusions drawn from the data.



Figure 1

Figure 2

The third part of the paper discusses the implications of the findings and the potential applications of the research. It also provides a brief overview of the limitations of the study.

The fourth part of the paper discusses the future research and the potential areas for further investigation.



Figure 2

第 二 章

### 一、引言

本章主要介绍本章的主要内容，包括本章的学习目标和重点。本章的学习目标是使学生了解本章的基本概念和原理，掌握本章的主要方法和技巧。本章的重点是使学生能够运用所学知识解决实际问题。



114

### 二、正文

本章主要介绍本章的主要内容，包括本章的学习目标和重点。本章的学习目标是使学生了解本章的基本概念和原理，掌握本章的主要方法和技巧。本章的重点是使学生能够运用所学知识解决实际问题。



The figure shows the results of the first experiment. The data indicates that the system is able to detect the presence of the object and to estimate its position. The results are presented in the following table:



Figure 1: Results of the first experiment.

The figure shows the results of the second experiment. The data indicates that the system is able to detect the presence of the object and to estimate its position. The results are presented in the following table:



Figure 2: Results of the second experiment.



解第六門

一、



此乃武術之要也。其法在於心之專注，身之靈活，氣之貫注。此乃武術之要也。其法在於心之專注，身之靈活，氣之貫注。

二、



此乃武術之要也。其法在於心之專注，身之靈活，氣之貫注。此乃武術之要也。其法在於心之專注，身之靈活，氣之貫注。

Figure 1: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

Figure 2: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

Figure 3: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.



Figure 4: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

Figure 5: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

Figure 6: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

Figure 7: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

Figure 8: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.



Figure 10: A person in a dynamic pose, possibly a martial arts stance, with arms extended and legs in a wide, low position.

# 雙挑拳

圖 1

此拳之動作係由左側起，先以左腳向前一步，左膝微屈，左臂向前伸出，左手掌心向前，五指自然舒展，右臂屈肘，右手掌心向內，五指自然舒展，此即左側起之動作。



# 雙挑拳

此拳之動作係由左側起，先以左腳向前一步，左膝微屈，左臂向前伸出，左手掌心向前，五指自然舒展，右臂屈肘，右手掌心向內，五指自然舒展，此即左側起之動作。

此拳之動作係由左側起，先以左腳向前一步，左膝微屈，左臂向前伸出，左手掌心向前，五指自然舒展，右臂屈肘，右手掌心向內，五指自然舒展，此即左側起之動作。



Figure 1

Figure 1 shows the results of the first round of the experiment. The results show that the majority of participants (75%) chose the 'low' option, which is consistent with the theoretical prediction that participants would choose the 'low' option to avoid the risk of losing their money.



Figure 2

Figure 2 shows the results of the second round of the experiment. The results show that the majority of participants (75%) chose the 'high' option, which is consistent with the theoretical prediction that participants would choose the 'high' option to maximize their expected value.



Figure 1

Figure 1

Figure 1 shows the results of the experiment. The data indicates that the system is capable of performing the task with a high degree of accuracy. The results are consistent with the theoretical predictions and demonstrate the effectiveness of the proposed method.



Figure 2

Figure 2

Figure 2 illustrates the experimental setup and the results of the study. The data shows that the system is able to maintain a stable position during the task, which is a key requirement for the application. The results are in good agreement with the theoretical model and confirm the validity of the proposed approach.



### Figure 1

The figure shows the results of the experiment. The data is presented in a table format, showing the relationship between the independent variable and the dependent variable. The table is as follows:



Figure 1

### Figure 2

The figure shows the results of the experiment. The data is presented in a table format, showing the relationship between the independent variable and the dependent variable. The table is as follows:



Figure 2

Figure 1

Figure 2

Figure 3

Figure 4

Figure 5

Figure 6



# Figure 1

The figure shows the results of the experiment. The data is presented in a table format, showing the relationship between the variables studied. The table includes columns for the independent variable, the dependent variable, and the calculated values. The results indicate a significant correlation between the variables, supporting the hypothesis of the study.



Figure 1: A line graph showing the relationship between the variables studied. The x-axis represents the independent variable, and the y-axis represents the dependent variable. The graph shows a clear upward trend, indicating a positive correlation between the variables.

# Figure 2

The figure shows the results of the experiment. The data is presented in a table format, showing the relationship between the variables studied. The table includes columns for the independent variable, the dependent variable, and the calculated values. The results indicate a significant correlation between the variables, supporting the hypothesis of the study.



Figure 2: A line graph showing the relationship between the variables studied. The x-axis represents the independent variable, and the y-axis represents the dependent variable. The graph shows a clear upward trend, indicating a positive correlation between the variables.



練習方法

練習

雙手抱膝，身體前傾，重心前移，雙手向前推出。



練習

練習

扁刺打（手心向下）破

練習方法



# 練習

練習一 右足を前に出し、左足を後ろに  
出し、右足を前に出し、左足を後ろに

練習二



# 練習

練習一 右足を前に出し、左足を後ろに  
出し、右足を前に出し、左足を後ろに



Figure 1

Figure 1

Figure 1 shows the results of the experiment. The data indicates that the system is capable of performing the task with a high degree of accuracy and efficiency. The results are consistent with the theoretical predictions and demonstrate the effectiveness of the proposed method.

Figure 1



Figure 2

Figure 2

Figure 2 shows the results of the experiment. The data indicates that the system is capable of performing the task with a high degree of accuracy and efficiency. The results are consistent with the theoretical predictions and demonstrate the effectiveness of the proposed method.

Figure 2







練習

敵人向我一側，並欲向我進逼時，  
可用此法，打他的背上，絕對有效。  
（上圖下）



圖 能入門

練習

敵人向我後部，又向我左側進逼時，  
可用此法，打他的背上，絕對有效。  
（上圖下）



圖 能入門

南術入門

有明宗

教人自教一國之文書其的制書其  
有之而時或一國之書其制書其



四十二

有明宗

教人自教一國之文書其的制書其  
有之而時或一國之書其制書其



（四）

此式為前式之變，其用如前，但  
上一式之動作，其重心移至右腳後  
方。



（五）

（五）

此式在左腳後方，其用如前，但  
上一式之動作，其重心移至左腳後  
方。



（六）



單手

此動作係用上一動作之連續

動作



單手

單手我出一下，一連串之連續

動作之連續（此動作係上一動作之

一連串之連續）



# 雙龍手

此人打大龍上，我現在手的上半，右  
手向上，左手向下，（雙龍手）



雙龍手

# 下抽手

此人打大龍上，我現在手的上半，不  
了，手向上，左手向下，（下抽手）



下抽手

單上劈手

敵人打來的刀或槍，用右手向左方

劈去，或用手一掌，或用手一掌

劍



雙上劈手

敵人持槍或拿利刃，向左右方

後，或一面向左右方，或一面向

後，或一面向左右方，或一面向



（下圖）

對人不可「多」及「少」之氣，其氣以俱  
 此處，其氣以俱，其氣以俱，其氣以俱  
 一氣，其氣以俱，其氣以俱，其氣以俱



前步入門

（上圖）

教人一手持物，其氣以俱，其氣以俱，其氣以俱  
 一氣，其氣以俱，其氣以俱，其氣以俱  
 側、



前步入門



體操圖

此式在平地上，身體上，右手的  
 後，左手在胸前，右手在平地上，繞  
 右手的平地上，繞一層，繞他處，



體操圖

體操圖

此式在平地上，身體上，右手的  
 後，左手在胸前，右手在平地上，繞  
 右手的平地上，繞一層，繞他處，



體操圖



一、四指

此式即口部之四指，其法如左：

(1) 口部 (1) 式



二、五指

此式即口部之五指，其法如左：

(2) 口部 (2) 式





第三

此人如欲取物時一曰取物二說

大略云



第三

此人如欲取物時一曰取物二說右手

此語雖云取物而實取物之

第一句也取物時



# Figure 1

The figure shows a person in a crouched position, holding a long object (possibly a stick or a tool) in their hands. The person is wearing a simple garment and is looking towards the right. The background is plain.

Figure 1



Figure 1

# Figure 2

The figure shows a person in a crouched position, holding a long object (possibly a stick or a tool) in their hands. The person is wearing a simple garment and is looking towards the right. The background is plain.



Figure 2

圖 1

圖 2

此圖說明人體之重心位置

圖 3



圖 4

圖 5

此圖說明人體之重心位置

圖 6



（二）手心上

成人而拿一掌，其勢與同樣，則  
點，要用一手來扶住，另一掌，仍同  
種一握，但與上略異。



手心上

（三）手心上

成人用兩手或雙手，或用右手扶在  
他的胸前，左手扶在背脊上，上一托，  
他就更穩當。



手心上

圖人

圖人

圖人

圖人



圖人

圖人

圖人

圖人



圖四

歌人正在空場舞頭上，雙用兩手，托  
起歌人的頭，舞頭上一時，惟別就

圖四



圖四

圖五

歌人用兩手，托起歌人的頭，舞頭上一時，惟別就



圖五

一、氣血不和

二、氣血不和

三、氣血不和

四、氣血不和

五、氣血不和

六、氣血不和

七、氣血不和



八、氣血不和

# 上卷

此乃本行所製之「五字主體」  
其功用能使人之口舌生津、



前編 入門

# 上卷

此乃本行所製之「五字主體」  
其功用能使人之口舌生津、



前編 入門



圖說及例

拉馬子

敵人擒我兩臂，我屈左手，拉在一人的  
的後輪，即由後用右手牽起一人的  
腹底，即有兩臂打後，即人腹底，即



六

拉馬子

敵人屈在膝上，我屈左手，向後足上  
一繞，即由後用右手牽起一人的  
腹底，即有兩臂打後，即人腹底，即



圖一

此圖係由日本江戶時代所繪，  
 其內容係描寫一人在山間採藥，  
 其採藥之姿勢，與本圖之採藥姿勢，  
 極為相似。



圖一

圖二

此圖係由日本江戶時代所繪，  
 其內容係描寫一人在山間採藥，  
 其採藥之姿勢，與本圖之採藥姿勢，  
 極為相似。



圖二

雙 手

敵人左拳擊我，我用雙手，向他們  
的頭部上一連打兩下，這就叫



雙 手

敵人打我左耳上，我用左手，向上一  
連打兩下，這就叫一連打兩下

雙 手



蛇盤手

二種敵人排住我的動把其用蛇點  
半全點他的兩腿用二個二點可  
以點之



新編入門

蛇形手

敵人前手打我偏上在左邊我左於  
右後助一連四力在邊二力直委  
向偏右側



六十二



圖一

一、雙手握拳，兩肘屈曲，兩手肘方寸，  
兩手一握，打拳能動，其動性極  
平，動可以隨之。



圖二

一、雙手握拳，兩肘屈曲，兩手肘方寸，  
兩手一握，打拳能動，其動性極  
平，動可以隨之。



南橋入門

圖解

敵人由前面向我攻來，我用左手向上一挑，敵人的手被我挑開，我用右手向前一挑，敵人的手被我挑開，敵人的手被我挑開。



六十六

圖解

敵人向我一躍，我用右手向上挑，敵人的手被我挑開，敵人的手被我挑開，敵人的手被我挑開。



抱膝

敵人用其乳時，即自其乳下，由他乳而  
出，此為其乳之動也。



抱膝手

敵人用其乳時，即自其乳下，由他乳而  
出，此為其乳之動也。





練習二

敵人用手槍壓我上唇，用右手抓住  
 我的左腕，向有一面，用右足踢他  
 腹部，一面用左手抓住他的



練習三

敵人從後面抓住我的頭，用左手  
 向轉一側，右腳一上，左足從後踢他，我  
 用力向前踢他，上二足從後踢他，不  
 能動了。



白鶴功

此功之功用能治一切虛弱之症  
凡患此症者服此功一  
月必能見效



白鶴功

此功之功用能治一切虛弱之症  
凡患此症者服此功一  
月必能見效



論

教人一事，可謂難矣。

其心同也，其理有別。

故曰：「教者，教之以理也。」

「理」字，乃教之要義。

「理」字，乃教之要義。

「理」字，乃教之要義。

此其要義也。



# Figure 1

The figure shows a person in a crouching position, with the hands placed on the knees. The person is facing forward, and the legs are bent at the knees. The arms are extended forward, and the hands are resting on the knees. The person's head is slightly tilted forward, and the neck is straight. The overall posture is one of a crouching or squatting position, which is often used in various physical activities and exercises.



Figure 1

# Figure 2

The figure shows a person in a crouching position, with the hands placed on the knees. The person is facing forward, and the legs are bent at the knees. The arms are extended forward, and the hands are resting on the knees. The person's head is slightly tilted forward, and the neck is straight. The overall posture is one of a crouching or squatting position, which is often used in various physical activities and exercises.



Figure 2

體操

體操是體育之一種，其目的在於  
使身體各部肌肉，能得適當之運動，  
以增進身體之健康，並培養其體操  
之精神。



體操

體操是體育之一種，其目的在於  
使身體各部肌肉，能得適當之運動，  
以增進身體之健康，並培養其體操  
之精神。



此乃清江府縣志所用說書字樣  
 第十一回 潘子虎乃高堂上結衣  
 此乃清江府縣志所用說書字樣



清江府縣志

此乃清江府縣志所用說書字樣  
 第十一回 潘子虎乃高堂上結衣  
 此乃清江府縣志所用說書字樣



清江府縣志

南 術 入 門

後 插 花 手

此手乃南術之基本動作，其法如下：  
 一、身體直立，雙腳併攏，雙手自然下垂。  
 二、左手握拳，右手握拳，雙手同時向後擺動。  
 三、雙手同時向後擺動，直至雙手同時觸及後腦。  
 四、雙手同時向後擺動，直至雙手同時觸及後腦。



全 身 圖

一 圖

此圖為南術之基本動作，其法如下：  
 一、身體直立，雙腳併攏，雙手自然下垂。  
 二、左手握拳，右手握拳，雙手同時向後擺動。  
 三、雙手同時向後擺動，直至雙手同時觸及後腦。  
 四、雙手同時向後擺動，直至雙手同時觸及後腦。



圖 1

此圖係根據日本醫學博士  
山田清一氏之研究而得



圖 2

圖 3

此圖係根據日本醫學博士  
山田清一氏之研究而得  
之



圖 4



三〇二

三〇三

三〇四

三〇五

三〇六

三〇七

三〇八



# 植物学

植物学是研究植物的形态、结构、生理、生态、分类、分布、地理、地质、历史、经济、应用、以及植物与人类的关系的一门科学。



植物学

# 植物学

植物学是研究植物的形态、结构、生理、生态、分类、分布、地理、地质、历史、经济、应用、以及植物与人类的关系的一门科学。



植物学

第一式

（圖解）

敵人由左側上步，以一手壓我左腕，我即以右腕壓其肘，並用右腿踢其小腹，此為第一式。



第二式

（圖解）

敵人由左側上步，用左手打我胸上，我即以右手打其左腕，並用左腿踢其小腹，此為第二式。





五十二

五十二

五十二

五十二

(二)

(一)



Figure 1: A person performing a handstand on a mat. The person is in a handstand position, with their hands on the mat and legs raised. The mat is labeled "MAT".

(1)



(2)



(3)



(4)



MAT

擒拿 (擒拿法)

敵人打我背上一拳，我一轉身，就打  
老者的腿，可以打倒。此打  
法，對敵者不利。

(一)



(二)

我在前幾年，曾到上海，打教習來

個，這

不

只

他

是

你

如

可



# Figure 1

Figure 1 shows the results of the experiment. The data indicates that the system is capable of performing the required task. The results are consistent with the theoretical predictions. The system was able to maintain the required level of accuracy throughout the experiment. The data also shows that the system is able to adapt to changes in the environment. This is a significant achievement for a system of this complexity. The results are a testament to the power of the system and the skill of the researchers. The data is a clear indication that the system is capable of performing the required task. The results are consistent with the theoretical predictions. The system was able to maintain the required level of accuracy throughout the experiment. The data also shows that the system is able to adapt to changes in the environment. This is a significant achievement for a system of this complexity. The results are a testament to the power of the system and the skill of the researchers.

Figure 1

(一)

(二)



Figure 1



[illegible]

**BIOGRAPHICAL MEMOIRS**

— )

(12)

(5)

この報告は、前掲の論文とほぼ一致する。



方法 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840.

[illegible]

© 2001 Blackwell Science Ltd

(一)



倒立

方法：用手抓住脚，身体倒立，脚触地。

此法能治腰痛、背痛、手足麻木等症。

三上



倒立

方法：(一)身体倒立，脚触地，手在足下。

下，(二)身体倒立，脚触地，手在足旁。

(一)



(二)

(二)



此法能治腰痛、背痛、手足麻木等症。

此種之形狀，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀。

此種之形狀，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀。

此種之形狀，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀。



此種之形狀，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀。

此種之形狀，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀，其形狀之變化，係由一物之形狀，而變為另一物之形狀。

Figure 1

Figure 2

Figure 3

Figure 4

Figure 5

Figure 6

Figure 7

Figure 8

Figure 9

Figure 10

(a)

(b)

(c)



Figure 11



(二)右足向前





(a)

鳥の足は、地面に接する部分で、その形状は、地面の硬さや、鳥の体重、歩行の速さなどに影響を受ける。鳥の足は、地面に接する部分で、その形状は、地面の硬さや、鳥の体重、歩行の速さなどに影響を受ける。

(1) 鳥の足は、地面に接する部分で、その形状は、地面の硬さや、鳥の体重、歩行の速さなどに影響を受ける。鳥の足は、地面に接する部分で、その形状は、地面の硬さや、鳥の体重、歩行の速さなどに影響を受ける。

鳥の足



(b)



(c)



### 例 4.1

例 4.1 求下列函数的导数

(1)  $y = \sin x$

(2)  $y = \cos x$

(3)  $y = \tan x$

(4)  $y = \cot x$

(5)  $y = \sec x$



Figure 1

Figure 1: A line graph showing the relationship between the number of people and the number of people who are not people.

(1) The number of people who are not people is 100.

(2)

(3) The number of people who are not people is 100.



Figure 2

Figure 2: A line graph showing the relationship between the number of people and the number of people who are not people.

(1) The number of people who are not people is 100.

(2) The number of people who are not people is 100.



第 二 章

第 二 章

第 二 章 ( 一 ) 第 二 章 ( 一 )

第 二 章 ( 一 ) 第 二 章 ( 一 )

第 二 章 ( 一 ) 第 二 章 ( 一 )

第 二 章

第 二 章 ( 一 ) 第 二 章 ( 一 )

第 二 章



1. The first part of the paper is devoted to the study of the properties of the function  $f(x)$  defined by the equation  $f(x) = \int_0^x f(t) dt$ . It is shown that  $f(x)$  is a constant function for all  $x$  in the interval  $[0, 1]$ . This result is obtained by using the fact that  $f(x)$  is continuous and that the derivative of  $f(x)$  is zero for all  $x$  in the interval  $[0, 1]$ .

2. The second part of the paper is devoted to the study of the properties of the function  $g(x)$  defined by the equation  $g(x) = \int_0^x g(t) dt$ . It is shown that  $g(x)$  is a constant function for all  $x$  in the interval  $[0, 1]$ . This result is obtained by using the fact that  $g(x)$  is continuous and that the derivative of  $g(x)$  is zero for all  $x$  in the interval  $[0, 1]$ .

3. The third part of the paper is devoted to the study of the properties of the function  $h(x)$  defined by the equation  $h(x) = \int_0^x h(t) dt$ . It is shown that  $h(x)$  is a constant function for all  $x$  in the interval  $[0, 1]$ . This result is obtained by using the fact that  $h(x)$  is continuous and that the derivative of  $h(x)$  is zero for all  $x$  in the interval  $[0, 1]$ .

第 1 版

第

後成提鈴手



Figure 1. A person in a dynamic pose, possibly performing a dance or exercise, with one leg raised and arms extended.



Figure 2. A person in a dynamic pose, possibly performing a dance or exercise, with one leg raised and arms extended.

Figure 3. A person in a dynamic pose, possibly performing a dance or exercise, with one leg raised and arms extended.

Figure 4. A person in a dynamic pose, possibly performing a dance or exercise, with one leg raised and arms extended.

Figure 1



Figure 1. A person in a dynamic pose, possibly a dance or exercise move, with one leg raised and arms extended.



Figure 2. A person in a dynamic pose, possibly a dance or exercise move, with one leg raised and arms extended.



Figure 1: A stylized, abstract line drawing of a figure, possibly a person or a creature, with flowing, organic lines.



Figure 2: A stylized, abstract line drawing of a figure, possibly a person or a creature, with flowing, organic lines.



1. 1990年10月1日以前に作成された  
 建築関係の図面は、原則として、  
 1/5000の縮尺で作成されたものとする。



2. 1990年10月1日以後に作成されたものとする。

3. 1990年10月1日以後に作成されたものとする。  
 4. 1990年10月1日以後に作成されたものとする。



1/5000

1000

1000

1000

1000



1000



三三三

三



三



三



三三三

三三三

三三三

三三三

1914-15



1914-15

1914-15

1914-15

1914-15

1914-15



第十

...

...

...

...

保胸手

保胸手

第一式



左、右、肩、上、撓、止、右、左、手、  
撓、圈、同、時、兩、手、向、  
左、右、撓、圈、止、

第二式



反長三步

圖一 反長三步







100

100

100

100

100



五  
成  
白  
鶴  
采

第二十八式

第二十九式

五  
成  
白  
鶴  
采

1874

1874

1874

1874

1874

1874

1874

1874

第三十三卷



第三十三卷

第三十三卷

第三十三卷

第三十三卷

第三十三卷

第三十三卷



此式之動作，係由前式之動作而來，其動作之要點，在於身體之重心，應落在兩腳之間，且應保持平衡，不可前傾或後仰。



手雙搶拳

此式之動作，係由前式之動作而來，其動作之要點，在於身體之重心，應落在兩腳之間，且應保持平衡，不可前傾或後仰。

第三十六式：

下垂成還原、

虎珀丸 又名和傷丸 治跌打重傷法

歸身

蘇木

生地

羌活

丹皮

杜仲 鹽水炒

熟地

白朮 各二兩

陳皮

南星

獨活

川斷 各二兩

乳香 去油

沒藥 去油

赤芍

川芎

茯苓

青皮

白芍 各一兩

木瓜

牛膝

苡仁 各三兩

虎珀 二錢

茄皮 四兩

桂枝 一兩

肉桂 二錢

黑豆 四兩

桑枝 三錢

甘草 五錢

共研細末

紅糖爲丸

每丸重二錢中者每丸一錢五分

每天吃二次陳酒送下

清心和氣湯

治跌打重傷者吐血後用

麥冬

百合

橘紅

紫苑

丹皮

蘇木 各一錢

山藥 二錢

槐花 二錢

厚朴 八分

香附 八分



青皮八分

甘草三分

加燈心二十根

河水一碗

煎透

每天吃二次

治跌打損傷重者速用

二便不通

汗血不散

肚腹氣脹

上攻心胸

同幾死者 先用此藥方行之

生草及陳酒先煎

歸尾五錢

桃仁

去皮尖七粒打

加酒一兩共煎

雞鳴時服

每天上午下午二次

如聖散

治手足別傷

川草烏 去皮各三錢

蒼朮

白芷

細辛

川芎

防風 各一錢

共研末重者吃二錢

中者吃五分

下者吃一錢

此藥不可多吃陳酒

送下

傷風藥

生川草烏各五錢

白茄子一兩

乳香沒藥各五錢去油

元寸香一分

樟冰四錢

白芷五錢

南桂三錢

五茄皮一兩

生半夏五錢

生錦紋七錢

共研細

陳白小粉半斤炒焦

共研

和用滴花燒酒調敷

每天上午七時

下午九時

敷之可也

重者敷

五六天

中者敷三四天

輕者敷二天

刀傷出血方

此桑藤香(即好棒香)

五錢

用碗片刮下

真象皮一兩

生研又加三

百年成血灰半斤(即棺木內的石灰)

兩共研和次藥漆之血即止也

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與



其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與

其時得方諸劍本國贈與